



Nutit, nebo nenutit? Dojít, či nedojít?

Když byla jedna z mých dcer (dnes maminka dvou dětí) v mateřské škole, kolem pátého roku věku měla období, kdy odmítala maso. Respektovala jsem to a poprosila tehdy, v druhé polovině 80. let, v MŠ, aby dceři maso nenutili. Jenže tehdy byla – alespoň v té naší škole – tendence „spapej aspoň to masíčko“, takže učitelky nedaly na moje prosby a skončily s nucením, až když jim dcera maso vyzvracela zpátky do talíře.



Myslela jsem (zřejmě naivně), že tyto praktiky jsou už dávno „v propadlišti dějin“. Mým čtyřem vnoučatům ve škole i ve škole většinou chutná, i když někdy také řeknou, že něco nedojedla, takže mají trochu hlad, což rychle napravíme.

Proto jsem byla velmi překvapena, když mi letos na jaře vyprávěla moje nejbližší přítelkyně, co se děje její vnučce v mateřince jednoho malého moravského městečka. Holčička neměla zpočátku ve škole problémy, chodila tam ráda. Ale zhruba v pěti letech přišlo totéž, co se kdysi „stalo“ mojí dceři – z nějakého důvodu nemohla/nechtěla jíst maso.

Problémy se stupňovaly

Její maminka poprosila ve škole, aby její snad dočasnou nechuť k masu učitelky respektovaly a nenutily jí ho. Učitelky maminku ujistily, že malou předškoláčku nenutí a nutit nebudou. Maminka byla s tímto sdělením a vstřícným přístupem spokojena. Jenže problémy pokračovaly. Dívka nejdříve každé ráno plakala, že do školky nechce, protože bude muset sníst oběd. Maminka i táta ji ujišťovali, že maso jí nikdo nutit nebude a trochu brambor, těstovin nebo rýže přece sní. Ale holčička plakala a plakala. Postupně začalo dítě, které nikdy nemělo problémy s usínáním a se spánkem, špatně usínat, v noci se budilo a s pláčem lezlo k rodičům do postele. Rodiče se opět zeptali ve škole, co se tam děje, že dítě pláče už i v noci, že nechce ve škole jíst, a učitelky je opět ujistily, že holčičku k ničemu nenutí.

Maminka se nakonec vypravila s dcerkou k dětské psychologce, protože se domnívala, že problém je v dítěti. Psycholožka však brzy rozkryla jeho podstatu, maminku ujistila, že holčička je zatím v pořádku, ale pokud rodiče hodně rychle ne-

zjednájí ve škole nápravu, může se stát, že bude mít dítě dlouhodobé nebo i celoživotní problémy s poruchami příjmu potravy.

Kdo chce, hledá způsoby, kdo nechce, hledá důvody

Rodiče konečně iniciovali schůzku s učitelkami a ředitelkou školky a dozvěděli se překvapivá fakta. Učitelky sice jejich dceru do jídla „nenutily“ (tj. neřikaly přímo: „Papej, ještě aspoň kousek, ještě jednu lžičku...“), ale nechaly ji nad talířem se zbytky studeného jídla sedět i v době, kdy ostatní děti už ležely v postýlkách a poslouchaly pohádku před poledním odpočinkem nebo si po svačině hrály u stolečků. (Zajímalo by mě, jak by se cítily dotčené učitelky, ženy kolem padesátky, kdyby samy musely sedět nad studeným jídlem a nesměly by vstát, dokud nebude sněženo...)

Šokovaní rodiče si „vymohli“, že když bude maso třeba v rizotu nebo v těstovinách (argumenty učitelky: „Přece jí nebudeme z rizota maso vybírat!“), udělají kuchařky nějakou drobnou úpravu a do jedné porce rýže dají jen zeleninu bez masa. Výsledkem ale bylo, že holčička sice nedostala rizoto s masem, ale učitelky jí daly na talíř krajíc suchého chleba a opět nad ním musela sedět, dokud chleba nesežvýkala. Stejně tak dostávala suchý chléb, když byla k svačině nějaká masová pomazánka. (Byl by problém chléb jí namazat máslem nebo tvarohem, který byl základem masové pomazánky? Nemůžu než vzpomenout starého přísloví: „Kdo chce, hledá způsoby, kdo nechce, hledá důvody...“)

Uspokojivé řešení se nenašlo...

Výsledkem další schůzky iniciované rodiči, zvláště už pěkně našťavaným otcem, bylo, že učitelky

navrhly, aby maminka dávala dceři s sebou v krabici jídlo uvařené doma, že jí ho v pole-dne ohřejí. Tátněk se domníval, že tento návrh padl hlavně proto, že se zúčastněné pedagožky včetně ředitelky mateřské školy domnívaly, že velmi pracovně vytížená maminka na něj nepřistoupí. Ta ale souhlasila a každý večer vařila teplou večeři, ze které schovávala část na druhý den dceři do školky k obědu.

Myslíte, že problémy přestaly? Nikoli... Učitelky i kuchařky si začaly po dvou týdnech stěžovat, že to způsobuje problémy s ostatními dětmi, které poukazují na to, že jejich kamarádka má jiné jídlo než ony a že mají chuť na taky takové – například ona měla palačinky, ostatní třeba těstoviny. Aby totiž maminka pečlivě sledovala jídelníček a podle toho večere pro rodinu plánovala a vařila, na to jí už opravdu nezbývaly síly. A obávám se, že učitelky daly dívce dost jasně najevo, že dělá problémy.

Celá tato anabáze, která mě v dnešní době dost šokovala (kdyby mi to nevyprávěl tak blízký člověk, jako je moje přítelkyně, možná bych měla i pochybnosti o přesnosti vyprávění), vyústila nakonec v to, že maminka rozvázala pracovní poměr a poslední měsíc před prázdninami holčička už do školky nechodila. Maminka se rozhodla nějakou dobu zůstat v domácnosti, aby se vystresované dítě „dalo dohromady“, a všichni velice doufají, že ve školní jídelně se dohodnou tak, aby jejich prvňáčka s jídlem problémy neměla.

Zítřka budeš muset sníst úplně všechno!

Protože mi tento případ „nedával spát“, začala jsem se poptávat ve školkách, kam chodí moje vnoučata a vnoučata mých kamarádek, a ponořila jsem se do internetových diskusí. Překvape-

ně jsem zjistila, že mateřinka v onom městečku zřejmě není jediná.

Uvádím alespoň jeden příklad z těch, které jsem v internetových diskusích našla: „Učitelka dceři sice povolí jít do nedojíst (po několikerém napomenutí), ale šklebí se, koulí očima a je celkově hrubá tak, že to dcera těžce nese. Vnímá to jako ponižování. Včera za běhání na koberci dostala trest, který zněl: ‚Zítra budeš muset sníst úplně všechno, svačiny, polívku i jídlo.‘ Dcera to bere vážně, považuje učitelku za autoritu. Z trestu byla celý den špatná, vystrašená. Můj názor na to je, že se jedná téměř o šikanu ze strany učitelky. Můžete nám prosím poradit, co je přípustné, co již překračuje povolené mantinely a jak se můžeme bránit?“

Pedagožka Mgr. Lucie Slejšková (www.rodicevitaní.cz) odpovídá: „Jednoznačně se jedná o zcela nevhodný přístup paní učitelky v této věci, již jen bráno selským rozumem. Oporu najdete ale i v legislativě: Vzdělávání a výchova v mateřské škole se řídí Rámcovým programem pro předškolní vzdělávání (= RVP PV). V něm se na straně 33 hovoří o podmínkách, které musí škola plnit, mj. o životosprávě, kde se říká: Je nepřipustné násilně nutit děti do jídla. (Otázkou ovšem je, čemu říkáme „násilně“. Někde sice zřejmě dítě klasicky nenutí, ale třeba úšklebky, poznámky, napomínání, vyčítání jsou také násilí... – pozn. red.)

A o něco níže se vypisují podmínky psychosociální, které jsou v pořádku, jestliže:

Děti i dospělí se cítí v prostředí mateřské školy dobře, spokojeně, jistě a bezpečně. Pedagogové respektují potřeby dětí (obecně lidské, vývojové a individuální), reagují na ně a napomáhají v jejich uspokojování (jednají nenásilně, přirozeně a citlivě, navozují situace pohody, klidu, relaxace apod.). Děti nejsou neúměrně zatěžovány či neurotizovány spěchem a chvatem. Jakákoli komunikace s dítětem, kterou dítě pociťuje jako násilí, je nepřipustná,“ cituje Lucie Slejšková RVP PV a dodává: „Nejspíš jste již zkoušeli hovořit s paní učitelkou. Pokud se tak stalo a nikam to nevede, požádala



Obrázek z MŠ Barbánek, Vranovice.

bych o schůzku ve třech s paní ředitelkou. Snažila bych se konkrétně a v klidu pojmenovat, co dcera špatně snáší a jak byste si komunikaci učitelky představovala. Možná bude chtít paní učitelka hovořit spíš o tom, co dcera dělá/nedělá – hovor bych soustředila jen na téma, jak byste ráda, aby učitelka s dcerou komunikovala. Vyslechla bych argumenty paní učitelky, jaké má ke svému jednání důvody. A trvala bych na tom, aby byla učiněna ‚kontrolovatelná‘ dohoda.“

Dítě začne jíst, až to přestane dospěle zajímat

Na názor jsem se zeptala dětské psychologičky, autorky knihy *Mateřská škola komunikuje s rodiči* (Portál, 2013) a v neposlední řadě maminky pěti dospělých dětí a babičky tří vnoučat PhDr. Ladislavy Lažové. Nejprve připomněla, že dětský psycholog prof. Zdeněk Matějček učil, že žádné dítě hlady neumře, že jídlo je největší manipulační nástroj na rodiče, vztah dítěte k jídlu určují rodiče, dítě začne jíst, až to přestane dospěle zajímat, že stravovací návyky a negativní působení dospělých předurčuje nejen budoucí možné poruchy příjmu potravy, ale i sklony k užívání drog, k neschopnosti řešit náročné životní situace, k únikovým mechanismům v krizových situacích. A co se týče problému zvaného „jídlo“, uvedla dva příklady ze svého profesního života:

„Před lety jsem nastoupila jako vedoucí Výchovně léčebného oddělení DDŠ. Jídlo bylo jeden z prvních problémů, které jsem řešila. Okamžitě jsem zakázala děti do jídla nutit. Tedy ani jim dávat na talíř to, co nechtějí. Zvedla se obrovská vlna odporu nejen ze strany vychovatelů, ale především kuchařek. ‚To nebudou jíst nic, jak to nebude muset jeden, nevezme si to ani druhý!‘ – ‚Uvidíme,‘ řekla jsem. Filé si první den nevzal skoro nikdo. Při druhém opakování ryby v jídelníčku pár dětí ano

a při třetím už skoro všechny. Tíse jsem se radovala. Jakmile děti zjistily, že jejich odmítání jídla nikomu nevadí, nikdo je nepřemlouvá, nevyhrožuje, jakmile zjistily, že se možná vlastním rozhodnutím připravují o něco dobrého, nového, zajímavého, vzdaly to. Každé dítě mohlo uvést až tři jídla, která nechce. Prostě jsme jim je nenabízeli. Postupně se stalo, že si i Markéta řekla o trochu čočky, a bylo vyhráno. Zato Gustá nikdy neochutnal kečup, prostě měl k němu odpor.

Dalším velkým tématem byly pomazánky. Obecně odmítané, že? Zkusili jsme z daných surovin nedělat nechutnou matlaninu, ale jednotlivé součásti jen položit na talířek. Najednou to šlo. Věřili byste, že naše děti neuměly otevřít trojúhelníček sýra? Nikdy se s tím v ústavní výchově nesetkaly. To byl objev, že existuje červený ‚camfrňoulek‘, za který se zatáhne! Děti neuměly namazat chleba, většinou sýr rozdrtily nožem. Předtím totiž vždycky dostaly krajíce s pomazánkou krásně ozdobené proužkem papriky a kolečkem okurky. Problémy postupně ubývaly, děti měly své stravování ve vlastních rukách, mohly se svobodně rozhodnout. Dalším stupněm byl experiment. Jeli jsme na víkend do přírody. Každé dítě dostalo určitý obnos, za který si mělo nakoupit jídlo na jeden den. Maruška měla v košíku kostku sádla, omylem místo másla. Petr si nakoupil žvýkačky a brambůrky. Pavel koupil velmi šikovně špagety, ale selhal při vaření. S netrpělivostí je strčil do studené vody, takže se mu slepily a nedaly se jíst. Postupně jsme se dopracovali k tomu, že si děti vařily o víkendu obědy a večeře. Každá skupinka měla své peníze, děti musely jídelníček napláňovat, zajet na nákup, jídlo připravit. Je to nejlepší cesta ve vztahu k jídlu. Dítě se může vyjádřit, je svobodné, ale zodpovědné.

Chápu, že to ve školce nejde. Od toho jsou ale rodiče! Mohou s dětmi napláňovat, co se bude

Ve školce můžeme jen vytvořit přátelské, klidné, samozřejmé prostředí, nedělat kolem jídla žádné opičky, divadýlka, nepoužívat zdobnělino jako „spapej brambůrky, masíčko“. Jíme proto, abychom žili. Někdo se narodí jako gurmán, jedlík, někdo jí bez elánu, jen proto, že má hlad.



vařit k víkendovým obědům, společně sepsat seznam na nákup, nakoupit, vařit. Rodina by měla u jídla sedět společně a povídat si. V dnešní uspěchané době je to přímo nutné. Jak často slyším, že rodina jí u televize, nebo aspoň tatínek, maminka nejlépe vůbec, drží dietu. Nedávno jsem měla osobní zážitek. Moje snacha považuje jídlo za obřad. V sobotu potřeboval syn udělat hodně práce, a tak se rychle nasídlal. Když jsme si sedli ke stolu i my ostatní, tříletý vnuk žádal, aby seděl u stolu i otec. Ten mu vysvětlil, že svoji snídani už snědl. Janík mu podal svoji misku s kaší, aby měl tatínek co jíst. Jestliže našim klukům něco nechutná, naposledy halušky, nemusí to jíst, ale zůstanou u stolu, protože si chtějí povídat. Svačtinu dostanou potom o trochu dřív, aby neměli hlad.“

A ten druhý příklad? „Byla jsem požádána učitelkami jedné mateřské školy, abych jim pomohla vyřešit problém, který zněl: „Děti nejedí,“ vyprávěla Ladislava Lažová. „Přišla jsem před polednem, scéna jak z komedie. Stolky prostřené, paní učitelka nastoupila s dvěma dětmi (služba) před ostatní, děti přednesly, co je dnes k obědu. Paní učitelka pronesla krátkou osvětu, proč je zrovna tohle jídlo zdravé. Bohužel byla zrovna čocka... Většina skončila v odpadu. Učitelky hlavně řešily, že se budou rodiče zlobit, že to platí a děti nejedí. Jenže to byli rodiče, kteří nenaučili děti jíst polévky či běžná česká jídla. Šla jsem do šatny a ptala se rodičů, jestli jim vadí, že děti nejedí,



že jídlo vracejí. Všichni mi řekli, že nevadí, jen jedna matka řekla, že by jí to mohli dávat do kastrůlku domů. Tudíž jsem pedagožkám doporučila, aby se uklidnily a přestaly řešit, co děti jedí. Časem údajně problém vymizel. Děti už zřejmě cítily kolem jídla velké napětí, možná se jim v takové atmosféře ani jíst nechtělo.“

Ladislava Lažová také řekla, že v poradně řešila mnoho situací v souvislosti se stravováním. „Snad jen jedna malá slečna opravdu nejedla, ač jsme na tom s maminkou pracovaly dlouhé roky. Hubeňoučka, průsvitná, úzkostná holčička. Podle maminky to byl následek nucení do jídla v jeslích. Podle mě následek neuspořádaného rodinného prostředí. Nevím. Je pravda, že pokroky byly velmi malé a že se vztahy v rodině příliš nezlepšily, že se maminka neuměla ubránit nadvládě manžela a tchyně. Možná to byla forma trestání rodičů, možná to byla snaha upoutat na sebe pozornost,“ uvedla příklad psycholožka.

Jíme proto, abychom žili...

„Často chodím do školek, hlavně pokud se týká výchovných problémů. Někdy koukám jako blázen. Děti sedí u stolečků, nesmí při jídle mluvit, učitelky stojí nad nimi, jedí lžící z misek a vesele se baví. V mé oblíbené školce Housence jsou u talířků ubrousky a příbory, učitelky i já jako host sedíme mezi dětmi a povídáme si o čemkoliv. To je kultura stolování. Přemýšlím, jestli jsem se tam někdy setkala s nějakým odmítáním. Vlastně ano – suché pečivo nebo suché těsto-

viny. Dost typické pro tento věk. Nikdo to tam neřeší. S nadějí, že to přejde,“ řekla PhDr. Lažová.

A dodala, že často s učitelkami na přednáškách vtipkují, jaká je první věta rodičů, když přijdou pro dítě do školky. „Co bylo k obědu?“ Následuje: „Spinkal/a jsi?“ – „Byl/a jsi hodný/á?“ To jsou podle ní naprosto „praštěné“ věty. Je to opravdu to, co rodiče zajímá a o čem chce dítě mluvit? Nebylo by fajn, kdyby si řekli, že se na sebe těšili, že jsou rádi, že jsou spolu, co dopoledne prožili a naplánovali, co budou dělat ve společně stráveném čase?

„Myslím, že učitelky zbytečně přebírají zodpovědnost za rodiče. Vztah k jídlu a stravovací návyky mají být dětem vštěpeny v rodině. Školka to nezachrání. Může působit kolektiv, nápodobu, změna jídelničky oproti rodinnému vaření. Často slyším, jací jsou ti dnešní rodiče hrozní, matky nevaří, chodí se do restaurací, fast foodů... Opravdu? Jestli ano, je to jejich věc. Ve školce můžeme jen vytvořit přátelské, klidné, samozřejmě prostředí, nedělat kolem jídla žádné opičky, divadýlka, nepoužívat zdobné nádobí jako spáje brambůrky, masíčko. Jíme proto, abychom žili. Někdo se narodí jako gurmán, jedlík, někdo ji bez elánu, jen proto, že má hlad. Tak je to správně. Doporučuji učitelkám, aby nic neřešily.“

Nesnižujte se k násilí v jakékoliv podobě („bude po mém“, „aspoň jednu lžičku“, „aspoň ochutnej“), netrapte se, trochu „lhostejnosti“ přinese jen užitek. Podle mě tohle platí v celé výchově. Co nás přestane zlobit, provokovat, dráždit, to většinou vymizí samo,“ zdůraznila Ladislava Lažová. ■

PhDr. Helena Chvátalová

SPRÁVA MŠ - KOMPLETNÍ MATRIKA PRO MŠ

www.spravams.cz

info@spravams.cz

+420 722 285 075

MATRIKA DĚTÍ
DIAGNOSTIKA DĚTÍ
KROUŽKY V MŠ

FORMULÁŘE GDPR
STATISTIKA PRO VÝKAZNICTVÍ
ELEKTRONICKÁ TŘÍDNÍ KNIHA

1 550 Kč/rok
včetně majitelů v ceně

TISKY TŘÍDNÍCH SEZNAMŮ, DOCHÁZKOVÝCH ARCHŮ, SOUHLASŮ S FOTOGRAFOVÁNÍM,
EVIDENČNÍCH LISTŮ, TVORBA VLASTNÍCH SEZNAMŮ

... a mnoho dalšího



Jednoduché ovládání programu, který Vám ušetří spoustu času.



1 MĚSÍC
ZDARMA
NA VYZKOUŠENÍ